**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Центр развития ребенка –**

 **детский сад №18» г. Петушки**

**Здоровьесберегающие технологии как средство воспитания культуры здоровья ребенка-дошкольника**

Подготовила: воспитатель

Тимонина Е.Л.

г. Петушки

**Здоровьесберегающие технологии как средство воспитания культуры здоровья ребенка-дошкольника.**

 Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

 Основная задача детского сада – подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения использование здоровьесберегающих технологий.

 ФГОС дошкольного образования ставит первоначальной задачей охрану и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, а также их эмоционального благополучия.

 Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

 Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья детей.

 Главная задача, стоящая перед педагогами — снижение риска развития хронических заболеваний, укрепление и развитие имеющегося ресурса здоровья.

 Таким образом, одним из направлений в работе выделяют введение здоровьесберегающих технологий в организованную образовательную деятельность, в формировании здорового образа жизни.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании способствуют решению задач сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

       В Концепции дошкольного воспитания говорится о серьезном подходе к  созданию необходимых условий, обеспечивающих не только физическое, но и психическое здоровье ребенка.  Реализация важнейших положений Концепции, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую работу в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые, как  Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, М.А. Рунова, В.Г. Алямовская, С.М. Мартынов, Е.А. Екжанова, Е.А. Сагайдачная, М.Н. Кузнецова и другие.

 В организации здоровьесберегающего педагогического процесса, способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни в детском саду используются практические методические разработки этих авторов.

 Поэтому для педагогов актуальной задачей на современном этапе является осмысление накопленного опыта сохранения и укрепления здоровья детей, оценка его эффективности.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валелогической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

 Здоровьесберегающие образовательные технологии – Это вид деятельности, который предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья дошкольников. Цель ее – сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

 Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стала приоритетным направлением в деятельности образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.